SLENDERTONE®

Time to look and feel good

System-Arms

INSTRUCTION MANUAL

MODE D'EMPLOI

GEBRAUCHSANWEISUNG

MANUAL DE USARIO

GEBRUIKSAANWIJZINGEN

ISTRUZIONI PER L'USO

INSTRUÇÕES PARA A UTILIZAÇÃO

slendertone.com/system

BENVENUTI

Congratulazioni per avere acquistato SLENDERTONE SYSTEM-ARMS, il primo passo per ottenere braccia più sode, forti e definite. In qualità di medico e Amministratore Delegato di Bio-Medical Research Ltd., una società con oltre 40 anni di esperienza nel settore delle apparecchiature mediche, sono orgoglioso di potervi offrire questo prodotto clinicamente testato. Finalmente avrete la possibilità di modellare il vostro corpo come avete sempre sognato. Non perdete un minuto di più, montate subito la vostra unità di SLENDERTONE SYSTEM-ARMS e godetevi la prima seduta di allenamento!

Patricia A. Smith

Patricia A. Smith
CEO Slendertone

NON POTRETE PIÙ FARNE A MENO!

Noi di SLENDERTONE siamo orgogliosi di potervi offrire un prodotto per il potenziamento delle braccia clinicamente testato e in grado di garantire risultati concreti. Questo sistema intercambiabile vi consente di collegare lo stesso comando manuale a una vasta gamma di indumenti che rassodano, rafforzano e tonificano diverse aree del corpo. Per ulteriori dettagli, vi consigliamo di visitare il sito www.slendertone.com/system. Il comando può essere condiviso con gli amici o con il vostro partner, che potranno acquistare a loro volta degli accessori dello SLENDERTONE SYSTEM, permettendovi di costruire e personalizzare una collezione completa di strumenti per tonificare il fisico.

SLENDERTONE SYSTEM-ARMS si avvale della tecnologia C.S.I., clinicamente testata e brevettata. Un segnale è inviato ai nervi attraverso gli appositi elettrodi, i quali, a loro volta, contraggono bicipiti e tricipiti.

SLENDERTONE SYSTEM è uno elettrostimolatore muscolare che consente di migliorare il tono muscolare di bicipiti e tricipiti. Può inoltre essere utilizzato, sotto controllo medico, per la riabilitazione muscolare in seguito a lesioni o immobilità.

LASCIATELO LAVORARE PER VOI

Per ottenere il massimo risultato dal vostro SLENDERTONE SYSTEM-ARMS, seguite il piano di allenamento di 30 giorni e utilizzate la vostra unità 3 volte la settimana con un livello di intensità piacevole. Vi consigliamo di lasciare trascorrere almeno 48 ore fra una sessione e l'altra. Abbinate gli esercizi a uno stile di vita normale e attento alla salute.

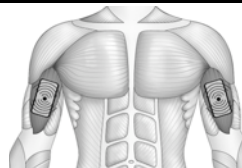
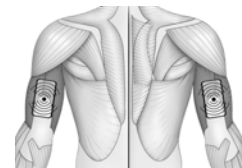
Leggere attentamente le istruzioni prima dell'uso.
Patricia A. Smith

LA SCIENZA DIETRO A SLENDERTONE

SLENDERTONE SYSTEM-ARMS si avvale della tecnologia brevettata C.S.I. che invia segnali direttamente al vostro sistema neuromuscolare, provocando delle contrazioni che mantengono in esercizio e tonificano i muscoli.

Fase 1: I segnali sono inviati da un elettrodo all'altro. I segnali "accendono" i nervi che controllano i bicipiti e i tricipiti

Fase 2: Con l'aumentare dell'intensità del segnale, i nervi, a loro volta, causano la contrazione e il rilassamento ritmico dei muscoli.

Il risultato: un profondo ed efficace allenamento del muscolo. È come se SLENDERTONE sudasse al vostro posto!

BICIPITI

TRICIPITI

IL CONTENUTO DELLA SCATOLA

I seguenti componenti sono inclusi nella versione completa del SLENDERTONE SYSTEM-ARMS. Il pacchetto di accessori non comprende l'unità o il caricabatteria.

1. Unità SYSTEM-ARMS
2. Accessori per braccia.
3. Elettrodi adesivi.
4. Caricabatterie.
4. Borsa da viaggio SLENDERTONE.
5. Manuali di istruzioni.

PRECAUZIONI

Vi preghiamo di leggere le seguenti precauzioni prima di utilizzare l'unità SLENDERTONE SYSTEM-ARMS:

- Utilizzare il prodotto esclusivamente da seduti in posizione rilassata, con le braccia leggermente piegate e appoggiate in grembo.
- Non raddrizzare le braccia durante la seduta perché potrebbe ridurre l'efficacia dell'allenamento e causare un senso di disagio.
- Non utilizzare mai l'unità SLENDERTONE SYSTEM-ARMS durante attività che prevedano l'utilizzo di braccia o mani.
- Durante una seduta è probabile che si riscontrino movimenti involontari delle braccia.
- Tenere l'unità tra le mani durante la seduta.
- Non stringere eccessivamente le fasce intorno alle braccia.
- Sostituire immediatamente i cavi dell'accessorio se danneggiati o visibili.

Perché non provare la cintura tonificante SLENDERTONE SYSTEM-ABS per addominali più sodi, forti e tonici in sole 4 settimane?

MONTATE SUBITO IL VOSTRO SLENDERTONE SYSTEM-ARMS!

Qualora fosse necessario ricorrere al servizio assistenza per montare la vostra unità o per qualunque altra domanda o curiosità, potete chiamare il nostro Centralino locale o inviarci un'e-mail:

Tel: +353 1 844 1016
Email - info@slendertone.com

CONTROLLI DELL'UNITÀ

1. Pulsante di accensione (⏻)
Premere e tenere premuto questo pulsante per 2 secondi per accendere o spegnere l'unità. Con una breve pressione del pulsante è inoltre possibile sospendere l'esercizio.

2. Aumento dell'intensità di tonificazione (▲)
Premere e tenere premuti questi pulsanti per aumentare l'intensità dell'esercizio. Il pulsante destro consente di controllare l'accessorio applicato sul braccio destro. Il pulsante sinistro consente di controllare l'accessorio applicato sul braccio sinistro.

3. Riduzione dell'intensità di tonificazione (▼)
Premere e tenere premuti questi pulsanti per diminuire l'intensità del segnale in un braccio.

4. Pulsante Programma (P)
Premere questo pulsante per selezionare il programma di tonificazione da usare. Sono disponibili ben 3 programmi, illustrati di seguito nel presente manuale (pagina 8).

5. Pulsante informazioni (i)
Premere questo pulsante per visualizzare informazioni sull'allenamento, ad esempio l'intensità massima della seduta corrente o di quella precedente e il numero di sedute completate.

DISPLAY DELL'UNITÀ

(50 Intensità di tonificazione sull'accessorio applicato sul braccio sinistro.

46) Intensità di tonificazione sull'accessorio applicato sul braccio destro.

10:08 Visualizza il conto alla rovescia relativo al tempo residuo della seduta corrente, nonché i messaggi di errore (vedere a pagina 9).

II Appare quando l'allenamento è stato sospeso.

Indica che l'audio è disattivato, ovvero che è attiva la funzione "Mute".

La funzione di blocco tasti è attiva, pertanto non è possibile cambiare accidentalmente i livelli di intensità o il programma.

⚠ Questo simbolo indica che il contatto tra l'unità e gli accessori oppure tra gli elettrodi e la cute non è sufficiente. Per ulteriori dettagli vedere a pagina 10.

Visualizza la carica residua della batteria.

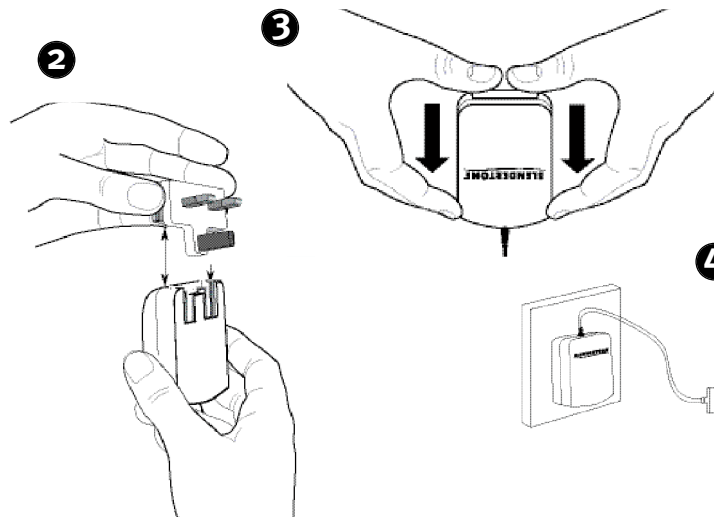
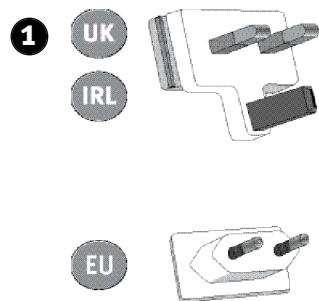
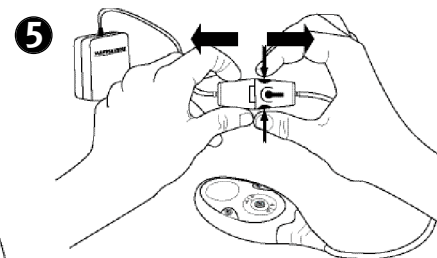
Numero di sedute completate.

2 Visualizza il programma attualmente in uso (1 - 3).

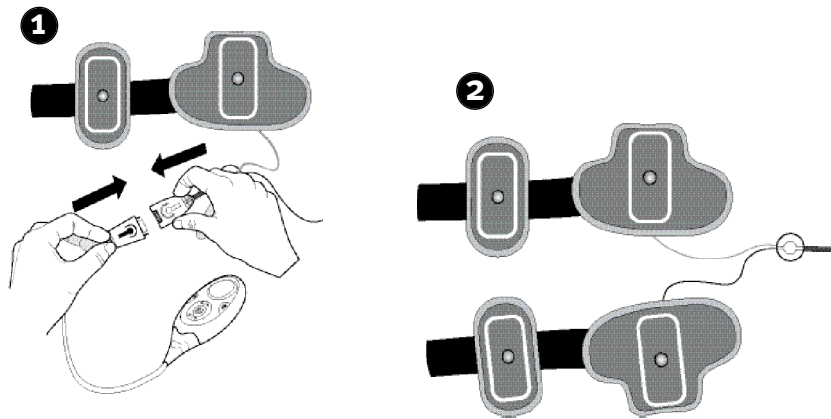
○ Questo simbolo viene visualizzato durante le singole fasi di contrazione.

(92 87) Intensità massima per la seduta corrente/ultima.

COLLEGAMENTO DEL CARICATORE

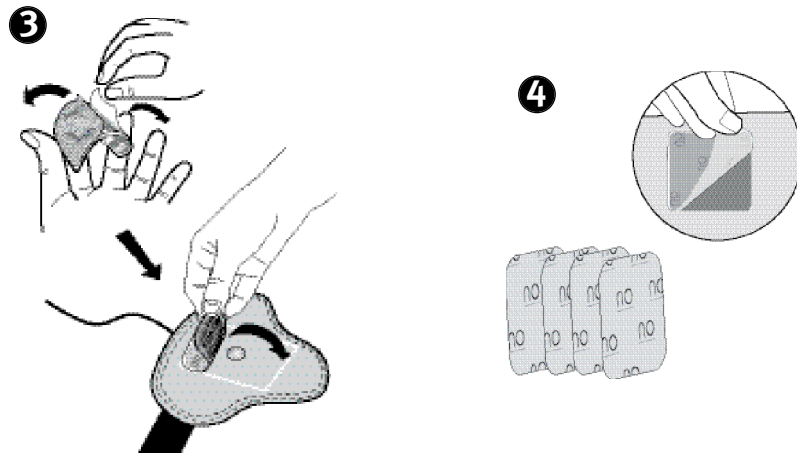
1. Utilizzareuna spina a due (Europa) o tre punte (GB/Irlanda).
2. Collegate la spina al corpo principale del caricatore.
3. Spingere la spina nel caricatore fino a che non sentirete il “click” che indica il suo corretto posizionamento.
4. Collegate l’altra estremità del caricatore all’unità. Collegate il caricatore a una presa elettrica e accendete la stessa. Per caricare completamente la batteria saranno necessarie 2-3 ore circa.
5. La vostra unità sarà completamente carica quando tutte e tre le parti dell’icona della batteria sul display saranno complete.

MONTAGGIO DEGLI INDUMENTI

1. Collegare le unità agli indumenti. L'unità e gli indumenti devono essere collegati correttamente affinché lo SLENDERTONE SYSTEM-ARMS funzioni in modo adeguato. Collegare il controllo dell'unità al controllo degli indumenti.

2. Collocare gli indumenti con i quattro inserti argentati verso di voi. Togliere gli elettrodi adesivi dalla confezione. Noterete che una parte degli elettrodi presenta una lavorazione a griglia, mentre l'altra è liscia e nera.

3. Togliere la protezione dalla parte a ***griglia*** dei quattro elettrodi. Collocare la parte a ***griglia*** degli elettrodi alle applicazioni argentate e all'interno delle linee bianche.

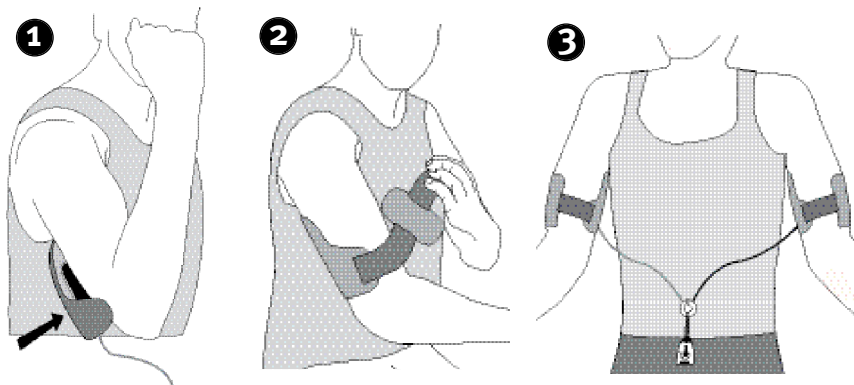
4. Togliere le protezioni dal lato **nero** dei quattro elettrodi. Non gettare le protezioni, che dovrete riposizionare sugli elettrodi al termine di ogni sessione di allenamento.

NOTA:

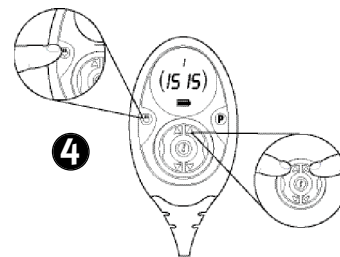
Dovrete utilizzare unicamente elettrodi SLENDERTONE, dato che modelli diversi potrebbero ridurre l'efficacia dell'esercizio.

POSIZIONAMENTO CORRETTO DEGLI INDUMENTI

1. Prendete l'indumento collegato all'estremità d'ORO e collocate la sezione più grande centralmente, sopra il muscolo tricipite del braccio DESTRO. Assicuratevi che la parte più ampia sia rivolta verso il gomito.

2. In seguito, portate la chiusura a strappo all'ESTERNO del braccio e collocate la piccola sezione ovale centralmente, sopra il bicipite. Bloccate quindi saldamente la chiusura a strappo intorno al braccio, senza tuttavia stringere troppo.

3. Ripetere l'operazione descritta alle passaggi 1 e 2, posizionando l'accessorio collegato al cavo NERO sul braccio SINISTRO.

4. Accendete l'unità di controllo tenendo premuto il tasto On/Off per 2 secondi. Selezionate il programma che desiderate utilizzare e aumentate l'intensità fino a un livello sostenuto, ma confortevole

IMPORTANT:

- Prima di aumentare l'intensità, assicuratevi che tutte le applicazioni argentate siano completamente coperte dagli elettrodi. Premere i bordi di ogni elettrodo con forza sul materiale prima dell'utilizzo.
- È possibile che durante l'allenamento si avverta una sensazione di formicolio nella parte inferiore delle braccia. Per ridurla, è sufficiente cambiare la posizione delle braccia. Se la sensazione persiste, mettere in pausa l'unità e regolare leggermente la posizione degli indumenti per le braccia.

Una volta completata la sessione, sfilare gli indumenti, riposizionare le protezioni sugli elettrodi e collocare l'unità in un luogo adatto fino alla sessione di allenamento successiva.

Importante:

assicurarsi sempre che l'unità sia spenta prima di rimuovere gli indumenti.

Domande? Chiamate...: +353 1 844 1016

MONITORAGGIO DEL PROGRESSI

Registrate i livelli di intensità più alti sul vostro diario (vedere retro di questo manuale d'uso). Il diario riportato qui sotto mostra un piano personale. Ogni casella indica la più alta intensità di tonificazione per ogni indumento per le braccia. Il livello di intensità varia da soggetto a soggetto. Completate il diario al termine di ogni sessione di tonificazione. Lasciate il diario in un luogo che vi permetta di averlo sempre a portata di mano. Questo vi motiverà a raggiungere il vostro obiettivo.

PROGRAMMA DI VERIFICA DEI RISULTATI

Settimana 1	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
	BRACCIO SINISTRO / BRACCIO DESTRO		
Settimana 2	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
Settimana 3	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3
Settimana 4	Seduta 1	Seduta 2	Seduta 3

PROGRAMMI DI SLENDERTONE SYSTEM-ARMS

SLENDERTONE SYSTEM-ARMS ha tre programmi.

Il programma 1 è un programma di condizionamento, per migliorare il tono muscolare e la definizione delle braccia.
Il programma 2 è il più impegnativo: tonificherà e rafforzerà i muscoli delle braccia, dando loro una maggiore definizione.
Il programma 3 è un programma di potenziamento che si avvale di contrazioni brevi e intense per costruire il muscolo.

- Una volta selezionato un programma, l'unità continuerà a usarlo fino a quando non lo cambierete.
- Si consiglia l'utilizzo del prodotto per non più di tre volte la settimana e di lasciare trascorrere almeno 48 ore fra una sessione di allenamento e l'altra.

NOTA: Non è possibile cambiare programma durante la sessione di allenamento; sarà necessario spegnere e riaccendere l'unità. Si potrà quindi selezionare un programma diverso premendo il relativo pulsante.

Programma	Ripetizioni	Durata	Intensità
Condizionamento	30	15 minutes	0-99
Forza	20	12 minutes	0-99
Potenza	15	10 minutes	0-99

Numero di Programma

ALTRE FUNZIONI DELL'UNITÀ

Pulsante informazioni (i)
Premere il pulsante informazioni in qualsiasi momento durante una seduta per visualizzare il livello massimo di intensità raggiunto per tale seduta (Fig. a). Premere due volte il pulsante informazioni per visualizzare il numero totale di sedute completate. Premere invece tre volte il pulsante per visualizzare il tipo di prodotto in uso.

Fig. a

Funzione "Mute" ( )
Se si desidera disattivare gli effetti sonori dell'unità, premere e tenere premuto il pulsante Programma per due secondi (Fig. b). La funzione "Mute" rimane attiva a tempo indefinito: per disattivarla, modificarla manualmente. Per disattivare la funzione "Mute", premere nuovamente il pulsante Programma per due secondi.

Fig. b

Funzione di blocco dei tasti ( )
Se si individua un livello di intensità ottimale, premere e tenere premuto il pulsante informazioni per due secondi per bloccare quella specifica intensità (Fig. c). Questa funzione rimane attiva solo durante la seduta in cui viene attivata. Se si desidera aumentare ulteriormente il livello di intensità, disattivare la funzione di blocco dei tasti premendo nuovamente il pulsante informazioni per due secondi.

Fig. c

Messaggi di errore
Se si verificano problemi durante il funzionamento, sul display dell'unità viene visualizzato il messaggio "Err" (Fig. d). In questo caso, spegnere l'unità quindi riaccenderla. Il funzionamento dovrebbe riprendere normalmente. Se il problema persiste, contattare il servizio di assistenza clienti di zona:

Internazionale: +353 1 844 1016
E-mail: info@slendertone.com

Fig. d

Carica della batteria / Sostituzione della batteria
L'icona della batteria visualizzata sul display lampeggia quando la batteria è quasi scarica e deve essere ricaricata. Dopo un certo tempo è possibile notare che la batteria alimenta l'unità solo per un numero limitato di sedute e deve essere ricaricata più di frequente. Ciò si verifica perché le batterie ricaricabili supportano un numero limitato di cicli di carica, raggiunto il quale devono essere sostituite.

Fig. e

Qualora fosse necessario sostituire la batteria ricaricabile, staccare il connettore in gomma dal coperchio posteriore dell'unità (Fig. e), quindi svitare il coperchio posteriore. Sostituire il pacco batterie esistente con uno nuovo (Fig. f), quindi reinstallare il coperchio. Per acquistare un nuovo pacco batteria, è possibile rivolgersi al servizio di assistenza clienti di SLENDERTONE.

Fig. f

ELENCO DI POSSIBILI PROBLEMI

Nel caso riscontriate delle anomalie nel funzionamento del vostro SLENDERTONE SYSTEM-ARMS, vi consigliamo di consultare l'elenco seguente:

✔ **Avete controllato la batteria?**
Sono necessarie 2-3 ore per caricare completamente la batteria.

✔ **Il caricatore è collegato in modo corretto?**
Premere la spina a due o tre punte nel caricatore fino a quando non si sentirà il "click" che indica il corretto posizionamento.

✔ **L'unità è inserita completamente nell'indumento?**
Controllare che sia collegata correttamente. Per rimuoverla, premere i pulsanti esterni sul connettore e reinserirla nuovamente.

✔ **Gli elettrodi coprono le applicazioni di metallo?**
Controllare nuovamente gli elettrodi sugli indumenti per le braccia e assicurarsi che la parte a griglia di ognuno copra completamente le applicazioni di metallo.

✔ **Avete eliminato tutte le protezioni in plastica da entrambi i lati degli elettrodi?**
Ricordate di tenere un set di protezioni per coprire la parte nera degli elettrodi al momento di riporli.

✔ **Quando avete cambiato gli elettrodi l'ultima volta?**
Gli elettrodi devono essere cambiati ogni 20-30 sessioni. Chiamate la linea di assistenza prima di fare un ordine.

✔ **È comparso sul display il simbolo di Contatto dell'Elettrodo (⚠)?**
L'unità e gli indumenti non sono collegati in modo appropriato.

Ancora problemi? Chiamate
☎ +353 1 844 1016
✉ info@slendertone.com

Per conoscere le nostre ultime novità, vi consigliamo di visitare il sito: www.slendertone.com/system.

***** Il simbolo ⚠ appare sempre insieme agli indicatori di intensità destro/sinistro. L'indicatore sinistro segnala la presenza di un problema relativo all'accessorio per braccio sinistro, mentre l'indicatore destro segnala la presenza di un problema relativo all'accessorio per braccio destro. La visualizzazione di entrambi gli indicatori indica un errore relativo a entrambi gli accessori.

MANUTENZIONE DEGLI ACCESSORI

Per la pulizia degli accessori utilizzare una spugna leggermente inumidita. Non dimenticare di rimuovere gli elettrodi prima di procedere alla pulizia. Seguire sempre le istruzioni fornite quando si lavano gli accessori.

Non lavare gli accessori a mano o in lavatrice. Pulirli sempre con un panno o una spugna leggermente inumidita.

Non utilizzare candeggina per il lavaggio degli accessori.

Non lavare a secco gli accessori.

Non mettere gli accessori nell'asciugatrice. Lasciarli asciugare su una superficie piana. Non lasciarli asciugare su fonti di calore, ad esempio un radiatore, perché contengono parti in plastica. Accertarsi che gli accessori siano completamente asciutti prima di riutilizzarli.

Non stirarli.

DOMANDE FREQUENTI

La stimolazione è fastidiosa. Cosa posso fare?

- Assicurarsi che gli elettrodi siano posizionati correttamente e premuti saldamente sulla pelle come illustrato alle pagine 6-7. Spegnere l'unità e, se necessario, riposizionare gli accessori.
- È inoltre possibile versare alcune gocce d'acqua sulla superficie nera degli elettrodi prestando attenzione a non bagnare l'unità. Tale operazione può migliorare la sensazione di confort della stimolazione muscolare. Assicurarsi che l'unità sia SPENTA prima di procedere.
- Assicurarsi che le borchie metalliche siano completamente ricoperte dagli elettrodi.

Dopo l'allenamento ho la pelle arrossata. Perché?

- È normale che la pelle sia un po' arrossata dopo l'allenamento. Questo effetto è dovuto in parte al maggiore afflusso di sangue e dovrebbe scomparire in breve tempo. Potrebbero inoltre verificarsi degli arrossamenti della pelle dovuti alla pressione degli accessori. Si tratta degli stessi segni di pressione che si otterrebbero indossando abiti attillati o stretti. Il fenomeno non è quindi preoccupante e dovrebbe scomparire poco dopo aver tolto gli accessori.
- Se il rossore è eccessivo può darsi che l'intensità sia troppo elevata. Se il problema persiste si consiglia di sospendere l'uso dell'unità.

Il prodotto provoca indolenzimento muscolare?

- È possibile che si verifichi un certo indolenzimento muscolare, come accade per qualsiasi esercizio fisico. Se sentite i muscoli indolenziti impostate SLENDERTONE SYSTEM-ARMS su un'intensità ridotta.

Come si capisce che è necessario sostituire gli elettrodi?

- In genere quando il segnale diventa più debole nonostante le pile siano cariche significa che gli elettrodi sono consumati e devono quindi essere sostituiti.
- Per verificare che siano proprio gli elettrodi cambiare le pile e/o regolare la cintura in modo che sia posizionata correttamente.
- Per acquistare gli elettrodi di ricambio basta recarsi dal rivenditore SLENDERTONE più vicino, consultare il sito slendertone.com/system oppure chiamare il numero Assistenza Clienti SLENDERTONE di zona.

Posso utilizzare l'unità SLENDERTONE SYSTEM-ARMS per il trattamento deimuscoli che risultano indeboliti dopo l'immobilità dovuta a un infortunio?

- Sì. È possibile utilizzare l'unità anche dopo un infortunio. È necessario consultare il medico o il fisioterapista per stabilire un programma di riabilitazione con l'unità SLENDERTONE SYSTEM-ARMS, che migliorerà in tutta sicurezza la forza e il tono dei tricipiti.

La durata della batteria si è notevolmente ridotta.

- Dopo un certo periodo di tempo è possibile notare che un calo delle prestazioni della batteria dell'unità. A questo punto è opportuno acquistare una nuova batteria ricaricabile. Per acquistare nuove batterie ricaricabili, contattare il servizio di assistenza clienti di SLENDERTONE oppure visitare il sito slendertone.com/system.

COSA SI PUO' E NON PUO' FARE

SLENDERTONE SYSTEM può essere utilizzato da tutti gli adulti in buona salute. Tuttavia, come per ogni altro tipo di attività fisica, è necessario essere cauti: pertanto bisogna sempre seguire le indicazioni riportate sotto e leggere il support pack prima dell'uso. Alcune di queste indicazioni si riferiscono specificamente ad uno dei due sessi.

Non utilizzate l'apparecchio se:

- Avete impianti elettronici (ad es. un pacemaker o defibrillatore) o soffrite di problemi cardiaci.
- Siete in gravidanza.
- Soffrite di cancro, di epilessia o siete sotto osservazione medica per disfunzioni cognitive.
- L'unità è molto vicina (ad es. 1 m) a dispositivi terapeutici che utilizzano onde corte o microonde.
- Siete collegati ad apparecchiature chirurgiche ad alta frequenza.
- Il dispositivo per poter essere indossato deve essere posizionato su zone utilizzate per la somministrazione di medicinali tramite iniezione, ad esempio terapie ormonali.

Chiedere l'autorizzazione del medico o del fisioterapista prima di usare il prodotto se:

- Volete utilizzare la cintura SLENDERTONE ma avete problemi alla schiena. È anche necessario che l'intensità sia sempre bassa.
- Avete una qualsiasi malattia o lesione grave non menzionata in questo manuale.
- Vi siete sottoposti di recente ad un intervento chirurgico.
- Assumete insulina per il diabete.
- Intendete utilizzare l'apparecchio su un bambino.
- Avete problemi muscolari o ai legamenti.
- Utilizzate questo apparecchio nell'ambito di un programma di riabilitazione.

All'applicazione degli elettrodi e degli accessori, ricordarsi sempre di:

- Posizionare gli elettrodi e gli accessori SOLO nel modo indicato in questa guida.
- Evitare di posizionare gli elettrodi o gli accessori sulla parte anteriore o ai lati del collo, vicino al cuore (ad es. un elettrodo sul petto e l'altro sul dorso), nella regione genitale o sulla testa. Sono disponibili altre unità di tonificazione per altre zone del corpo. Per ulteriori informazioni, visitare il sito Internet slendertone.com/system oppure rivolgersi al proprio rivenditore di zona.
- L'applicazione degli elettrodi vicino al torace potrebbe aumentare il rischio di fibrillazione cardiaca.
- Evitare cicatrici recenti, pelle infiammata o screpolata, aree con infezioni o soggette ad acne, trombosi o altri problemi vascolari (ad es. vene varicose) ed ogni parte del corpo che abbia una sensibilità ridotta.
- Evitare aree che presentano ferite o possibilità di movimento ridotta (ad es. fratture o distorsioni).
- Evitare di posizionare gli elettrodi direttamente su impianti metallici. È possibile invece posizionarli sul muscolo più vicino.

Possibili effetti indesiderati:

- È stato registrato un numero limitato di reazioni cutanee circoscritte su persone che utilizzano apparecchi per la stimolazione muscolare, tra cui allergie, arrossamento prolungato della pelle e acne.
- In rari casi le prime volte l'elettrostimolazione muscolare può causare senso di stordimento o mancamenti. Si consiglia quindi di utilizzare il prodotto da seduti finché non ci si è abituati a queste sensazioni.

Per riposizionare gli elettrodi durante una seduta di allenamento:

- Mettere sempre in pausa il programma che si sta utilizzando, slacciare gli accessori e quindi riallacciarli dopo aver riposizionato gli elettrodi.

Dopo un esercizio o uno sforzo intenso:
• Utilizzare sempre un'intensità più bassa per evitare l'affaticamento muscolare.

Contattare SLENDERTONE o un distributore autorizzato se:
• L'unità non funziona correttamente. Non utilizzare prima che sia stato fatto un controllo.
• Si verificano irritazioni, reazioni cutanee, ipersensibilità o altri effetti indesiderati. Tuttavia bisogna sottolineare che un certo arrossamento della pelle può presentarsi nella zona sotto la cintura durante la seduta e può permanere per un breve periodo di tempo dopo che si è terminato l'allenamento.

Nota:
• Per essere efficace il trattamento non deve causare disagio eccessivo.

Importante:
• Tenere l'unità lontano dalla portata dei bambini.
• La borchia, gli fasciae e gli elettrodi non devono essere collegati ad altri oggetti.
• Non utilizzare l'unità contemporaneamente ad altri dispositivi che fanno passare della corrente elettrica attraverso il corpo (ad es. un altro elettrostimolatore).
• Se vi sentite storditi o vi sembra di svenire, smettete di usare l'unità. Se si verifica questa situazione consultate il medico.
• Non toccare gli elettrodi o la borchia metallica quando l'unità è in funzione.
• Evitare di utilizzare l'apparecchio mentre si guida, si è in mezzo al traffico, si utilizzano dei macchinari o si va in bicicletta.
• Se si utilizza la cintura per la prima volta, la stimolazione muscolare può provocare sensazioni insolite. Si consiglia di iniziare con un'intensità di stimolazione bassa per abituarsi alla sensazione prima di passare a intensità più elevate.
• Gli accessori devono essere utilizzati da una sola persona. Non prestare a nessuno i propri accessori.
• Non fate esercizio quando utilizzate la stimolazione muscolare. Adeguate il livello dell'allenamento in base alle vostre capacità.
• Non provare a mangiare o bere durante l'utilizzo di SLENDERTONE SYSTEM-ARMS.
• SLENDERTONE non risponderà di eventuali problemi nel caso in cui non siano state rispettate le istruzioni fornite insieme all'unità.
• Anche se conforme ai requisiti EMC in vigore, il dispositivo potrebbe comunque interferire con apparecchiature più sensibili. In tal caso, spegnere o spostare il dispositivo.

Nota importante: in caso di dubbi sulla possibilità di usare l'unità SLENDERTONE SYSTEM-ARMS, consultare il medico prima di utilizzarla.

GARANZIA DEL PRODOTTO

Nel caso in cui si verificassero dei guasti nei primi due anni dall'acquisto SLENDERTONE si impegna a sostituire o riparare l'unità o qualsiasi parte che risulti difettosa senza alcun addebito al cliente per i costi di manodopera o materiale *, a patto che l'unità:

• Sia stata utilizzata per lo scopo previsto e nella maniera descritta nel presente manuale di istruzioni.
• Non sia stata connessa ad una fonte di alimentazione inadeguata.
• Non sia stata utilizzata in maniera errata o trattata con negligenza.
• Non sia stata modificata o riparata da persone che non siano agenti autorizzati SLENDERTONE.

Questa garanzia integra le garanzie di legge in essere a livello nazionale e non incide sui diritti legali dei consumatori.

* Sono esclusi i materiali di consumo (ad es. elettrodi, indumenti, etc) soggetti alle normali condizioni di usura e rottura.

Manutenzione dell'unità
L'unità non deve essere messa a contatto con l'acqua o essere esposta a una luce solare eccessiva. Può essere pulita regolarmente utilizzando un panno soffice, leggermente inumidito in acqua e sapone. Non bagnare l'interno dell'unità. Non utilizzare detergenti, alcol, bombolette spray o solventi aggressivi per la sua pulizia.

Non è necessario accedere alla parte interna dell'unità per ragioni di manutenzione.

Se l'unità è danneggiata, non utilizzarla e rinviarla a SLENDERTONE o al distributore di zona affinché venga riparata o sostituita. Le riparazioni, l'assistenza e le modifiche devono essere effettuate esclusivamente da personale di assistenza qualificato autorizzato da SLENDERTONE.

IMPORTANTE: non utilizzare mai batterie diverse da quelle corrette, ovvero batterie ricaricabili di tipo NiMh da 3,6 V. Per acquistare le batterie, rivolgersi al servizio di assistenza clienti di SLENDERTONE.

Smaltimento degli elettrodi e delle batterie
Assicurarsi che le batterie o gli elettrodi non vengano smaltiti tramite inceneritore; eliminarli in base alle leggi sullo smaltimento di tali prodotti in vigore nel proprio Paese.

NOTE: Il segnale aumenta gradualmente fino a raggiungere il livello massimo all'inizio della fase di contrazione (ad es. salita) ediminuisce gradualmente fino a scomparire all'inizio della fase di rilassamento (ad es. discesa). La visualizzazione del simbolo ⚠ indica che la stimolazione è significativamente ridotta.

Tipo di prodotto: 397

Utilizzo: Stimolatore muscolare

Classificazione: dispositivo ad alimentazione interna, caricatore di classe II, parti applicate di tipo BF.

Forma d'onda: Forma d'onda quadrata bifase simmetrica se misurata in un carico resistivo.

Accessori
Quando si ordinano nuovi elettrodi, accertarsi che siano contrassegnati dal marchio SLENDERTONE. È assolutamente vietato l'uso di accessori diversi da quelli SLENDERTONE con il caricatore SLENDERTONE o l'unità SLENDERTONE (tipo 390). Altri tipi di elettrodi potrebbero non essere compatibili con l'unità, diminuendone conseguentemente i livelli minimi di sicurezza.

Cintura SLENDERTONE SYSTEM-ABS per donna (E:10)
Cintura SLENDERTONE SYSTEM-ABS per uomo (X:10)
Elettrodi SLENDERTONE SYSTEM-ABS: • 1 elettrodo grande (Tipo 706 o 709)
• 2 elettrodi piccoli (Tipo 707 o 710)
Pantaloncini SLENDERTONE SYSTEM-SHORTS (E:20)
Elettrodi SLENDERTONE SYSTEM-SHORTS: • 2 elettrodi grande (Tipo 706 o 709)
• 4 elettrodi piccoli (Tipo 708)
Accessori per braccia SLENDERTONE SYSTEM-ARMS per donna (E:60)
Elettrodi SLENDERTONE SYSTEM-ARMS per donna: • 4 elettrodi piccoli (Tipo 715)
Accessori per braccia SLENDERTONE SYSTEM-ARMS per uomo (X:60)
Elettrodi SLENDERTONE SYSTEM-ARMS per uomo: • 4 elettrodi piccoli (Tipo 718)
Accessorio per SLENDERTONE SYSTEM-MINI (E:30)
Elettrodi SLENDERTONE SYSTEM-MINI: • 4 elettrodi grande (Tipo 716)
Extension per cintura SLENDERTONE
Batterie (3,6 V, NiMH)
Caricabatterie (UE - 2504-0303)
Caricabatterie (Gli S.U.A. / Il Giappone - 2504-0302)
Il caricatore è conforme alla norma EN 60950. Potenza in entrata: voltaggio nominale 100-240 V, frequenza 50-60 Hz, corrente 125 mA. Non utilizzare altri caricatori o altri tipi di alimentazione.

Specifiche Ambientali:
Funzionamento: Gamma di temperatura: da 0 a 35°C Umidità: 20-65% RH (umidità relativa)
Conservazione: Gamma di temperatura: da 0 a 35°C Umidità: 20-85% RH (umidità relativa)

Descrizione dei simboli dell'unità:
Sull'unità sono presenti numerosi simboli tecnici. Qui di seguito ne viene data la spiegazione.

L'unità e l'accessorio sono prodotti da Bio-Medical Research Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Irlanda.

Per il funzionamento dell'apparecchio è necessaria 1 batteria CC da 3,6 volt (NiMH). CC è indicato dal simbolo: ⎓

La frequenza d'uscita indica il numero di impulsi al secondo trasmessi dall'unità. Tale frequenza viene misurata in hertz e indicata con "Hz".

Uscita (RMSA) indica la corrente efficace massima in uscita per ciascun canale.

Uscita (RMSV) indica la tensione efficace massima in uscita per ciascun canale.

 Questo simbolo significa "Attenzione, consultare la documentazione allegata".

 Questo simbolo significa parti applicate di tipo BF.

 Questo simbolo sull'unità SLENDERTONE indica la conformità ai requisiti della direttiva 93/42/CEE sui dispositivi medici. 0366 è il numero dell'organismo notificato (VDE).

All'interno della confezione, sulla parte posteriore dell'unità è riportato il relativo numero di serie. La lettera che precede il numero indica l'anno di produzione, ad esempio "L" 2006, "M" 2007, e così via.

Il numero della partita della fascia è rappresentato sulla confezione della fascia con il numero corrispondente al simbolo LOT.

COMPOSIZIONE DELL'ACCESSORIO
Parte esterna: 80% Nylon, 20% poliestere; Parte interna: 100% Poliestere laminato in 100% policloroprene; Bordo: 100% Nylon; Gancio e Anello: 100% Nylon; Imbottitura: EVA; Fascette Elastiche: 100% Nylon

Tensione/Corrente uscita nominale: X :60

Parametro	**500Ω**	**1KΩ**	**1K5Ω**
Uscita RMSV	3.8V	7V	7.9V
Uscita RMSA	7.7mA	7mA	5.3mA
Frequenza di uscita	50Hz	50Hz	50Hz
Componenti a corrente continua: circa	0 C	0 C	0 C
Larghezza impulsi positivi:	100-125μs	100-125μs	100-125μs
Larghezza impulsi negativi:	100-125μs	100-125μs	100-125μs
Intervallo interfase	100 μs	100 μs	100 μs

NOTA: In conformità con la normativa vigente nello Stato membro, il dispositivo deve essere sottoposto alle opportune verifiche di sicurezza con cadenza biennale.
NOTA: La normativa in vigore in Germania dispone che le verifiche di sicurezza sui prodotti vengano eseguite ogni due anni da un servizio autorizzato.

Attenzione: L'unità potrebbe trasmettere elettricità superiore a 2mA/cm² se utilizzata con elettrodi non appropriati.

 Alla fine del periodo di vita utile non gettare il prodotto nella normale spazzatura domestica, ma portarlo presso un punto di raccolta per il riciclaggio delle apparecchiature elettroniche. Alcuni materiali possono infatti essere riutilizzati.

Il riutilizzo di alcune parti o materiali grezzi ricavati da prodotti usati rappresenta un importante contributo alla protezione dell'ambiente. Per informazioni sul punto di raccolta più vicino, rivolgersi alle autorità locali.

Lo smaltimento di apparecchiature elettriche ed elettroniche può avere possibili effetti dannosi sull'ambiente. Un'errata procedura di smaltimento può causare la dispersione di tossine che inquinano aria, acqua e suolo e possono risultare dannose per la salute umana.